

***Optimalisasi Pre Education Yang Excellent Pada Ibu Nifas Dalam Upaya Promotif Dan Preventif Stunting Melalui Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Bangun Rejo Kec.Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025***

***Optimizing Excellent Pre-Education For Postpartum Mothers In Promotive And Preventive Efforts Against Stunting Through Exclusive Breastfeeding In Bangun Rejo Village, Tanjung Morawa, Deli Serdang Ragency North Sumatra Province, 2025***

Novita Andriani Br. Manjorang<sup>1</sup>, Erin Padilla Siregar<sup>2</sup>, Sri Rezeki<sup>3</sup>,  
Ade Rachmatb Yudianto<sup>4</sup>, Plora Novita Sinaga<sup>5</sup>  
<sup>1,2,3,4,5</sup>STIKes Mitra Husada Medan, Indonesia

\*Email Korespondensi : [novitaandrianismanjorang20@gmail.com](mailto:novitaandrianismanjorang20@gmail.com)

### **Abstrak**

Di Desa Bangun Rejo, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara, proyek pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran ibu pascapersalinan tentang langkah-langkah pencegahan dan promosi stunting melalui pemberian ASI eksklusif pada tahun 2025. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dapat membantu mencegah stunting, masalah gizi kronis yang memengaruhi perkembangan fisik dan kognitif anak. Tahapan perencanaan, pelaksanaan, penilaian, dan pelaporan semuanya termasuk dalam pendekatan implementasi. Selain memberikan media edukasi kepada ibu pascapersalinan, kegiatan edukasi juga ditawarkan dalam bentuk konseling, percakapan interaktif, dan simulasi prosedur keperawatan yang tepat. Tes pra dan pascapersalinan digunakan untuk evaluasi guna mengukur perkembangan pengetahuan peserta. Berdasarkan temuan, ibu pascapersalinan kini memiliki kesadaran yang lebih baik tentang nilai pemberian ASI eksklusif, praktik keperawatan yang tepat, dan kaitannya dengan pencegahan stunting. Dengan memungkinkan ibu pascapersalinan untuk menyusui secara eksklusif, kegiatan ini diharapkan dapat membantu menurunkan angka stunting.

Kata Kunci : ASI eksklusif, stunting, ibu nifas, promosi kesehatan, pengabdian masyarakat

### **Abstract**

*In Bangun Rejo Village, Tanjung Morawa District, Deli Serdang Regency, North Sumatra Province, this community service project is to raise postpartum mothers' awareness of stunting prevention and promotion measures through exclusive breastfeeding by 2025. Breastfeeding exclusively for the first six months of life can help avoid stunting, a chronic nutritional issue that affects children's physical and cognitive development. The phases of planning, carrying out, assessing, and reporting are all included in the implementation approach. In addition to giving postpartum moms educational media, educational activities are offered in the form of counseling, interactive conversations, and simulations of proper nursing procedures. Pre- and post-tests were used for evaluation in order to gauge participants' knowledge growth. According to the findings, postpartum moms now have a better awareness of the value of exclusive breastfeeding, appropriate nursing practices, and how they relate to preventing stunting. By enabling postpartum moms to nurse exclusively, this activity is anticipated to help lower stunting rates.*

*Keywords: Exclusive Breastfeeding, Stunting, Postpartum Mothers, Health Promotion, Community Service*

## PENDAHULUAN

Stunting dimulai sejak dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berusia dua tahun. Persentase anak usia 0 hingga 59 bulan yang tinggi badannya kurang dari minus tiga (stunting sedang dan berat) dan minus tiga (stunting kronis) dikenal sebagai stunting, menurut UNICEF. Standar pertumbuhan anak WHO digunakan untuk mengukur hal ini. Stunting seringkali dikaitkan dengan perkembangan otak yang kurang ideal, selain pertumbuhan yang terbatas (Apidiyanti & Rusady, 2022)

Kekurangan gizi jangka panjang selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang krusial dapat mengakibatkan stunting, suatu masalah gizi. Anak-anak yang mengalami kelainan perkembangan akibat hal ini cenderung memiliki tinggi badan lebih pendek dari rata-rata usianya. Pada tahun 2018, 30,8 persen penduduk Indonesia mengalami stunting. Dibandingkan dengan 37,2 persen pada tahun 2013, persentase ini telah menurun. Namun, angka ini masih signifikan karena melampaui ambang batas Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) yang kurang dari 20 persen. Akibatnya, Indonesia termasuk di antara negara-negara di kawasan ini yang mengalami malnutrisi akut. (Pipitcahyani et al., 2024)

Nutrisi terbaik untuk tumbuh kembang bayi adalah ASI (Air Susu Ibu). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Dana Anak-Anak Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNICEF), anak-anak harus disusui secara eksklusif setidaknya selama enam bulan, setelah itu makanan padat harus diperkenalkan. Pemberian ASI harus dilanjutkan hingga anak berusia dua tahun (UNICEF, 2020). Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2021, 3,3% bayi usia 0–5 bulan di Indonesia sebagian besar disusui, 9,3% disusui sebagian, dan 37,3% disusui secara eksklusif (Riskasdes, 2018).

Hanya 49,8% penduduk Indonesia yang memberikan ASI eksklusif selama enam bulan, menurut survei yang dilakukan oleh Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI). Kualitas hidup generasi mendatang dan perekonomian negara dapat terdampak oleh rendahnya tingkat pemberian ASI eksklusif ini. Stres, kelelahan akibat pekerjaan, masalah kesehatan, produksi ASI yang tidak teratur, dan kondisi psikologis ibu sendiri merupakan penyebab utama penurunan produksi ASI (Ari Peburu Nurlaily, Dheny Rohmatika & Susilaningih, 2022). Nurlaily, Dheny Rohmatika & Susilaningih, 2022). Makanan utama bayi adalah ASI, yang merupakan emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam organik yang dikeluarkan oleh kedua kelenjar susu (Asnidawati & Ramdhan, 2021).

ASI sangat penting untuk menjaga kesehatan bayi baru lahir. Dibandingkan dengan bayi baru lahir yang tidak disusui, bayi yang disusui dengan benar tumbuh lebih sehat dan lebih jarang menderita penyakit serta meninggal dunia (Manggasa et al., 2023). Berdasarkan hal tersebut di atas, maka tim dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan upaya memberikan edukasi kepada ibu-ibu baru tentang pencegahan stunting melalui promosi kesehatan.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Bangun Rejo, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara, dengan tujuan meningkatkan kesadaran ibu pascapersalinan tentang langkah-langkah pencegahan dan promosi stunting melalui pemberian ASI eksklusif pada tahun 2025. Tahapan pelaksanaan mencakup perencanaan, pelaksanaan, penilaian, dan pelaporan yang terstruktur. Pada tahap perencanaan, dilakukan identifikasi ibu pascapersalinan yang membutuhkan edukasi, serta penyusunan materi edukasi yang relevan mengenai pemberian ASI eksklusif dan pencegahan stunting.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan edukasi dilakukan melalui beberapa metode, yaitu penyampaian media edukasi berupa leaflet, brosur, dan video informasi yang dapat dipahami dengan mudah. Selain itu, ibu pascapersalinan juga diberikan konseling individual, percakapan interaktif, dan simulasi prosedur keperawatan yang tepat untuk mendukung pemberian ASI eksklusif. Kegiatan ini dipandu oleh tenaga medis terlatih yang memberikan arahan dan mendampingi peserta secara langsung. Sebelum dan setelah kegiatan edukasi, dilakukan tes pra dan pascapelaksanaan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan ibu tentang manfaat ASI eksklusif, praktik keperawatan yang tepat, serta pemahaman tentang kaitannya dengan pencegahan stunting. Hasil evaluasi ini akan digunakan untuk menilai keberhasilan program dan merancang tindak lanjut yang diperlukan. Di akhir kegiatan, laporan lengkap mengenai hasil evaluasi dan rekomendasi untuk pengembangan program lebih lanjut akan disusun untuk memastikan keberlanjutan edukasi kepada ibu pascapersalinan di Desa Bangun Rejo.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan edukasi terkait promotif dan preventif stunting, ibu nifas dalam pemberian ASI Eksklusif, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Rata-Rata Nilai Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah Edukasi ASI Eksklusif

Aspek Pengetahuan	Rata - Rata Nilai		Peningkatan (%)
	Pre-test	Post-test	
Definisi dan Konsep ASI Eksklusif	68.0	90.4	32.9
Manfaat ASI Eksklusif bagi Bayi & Ibu	66.8	88.0	31.7
Teknik Menyusui yang Benar	64.4	87.2	35.4
Pencegahan Stunting melalui ASI Eksklusif	61.6	85.0	37.9
Rata - Rata Keseluruhan	65.2	87.6	34.4

Distribusi skor rata-rata pengetahuan ibu nifas sebelum (tes pra) dan setelah (tes pasca) mendapatkan instruksi tentang pemberian ASI eksklusif ditampilkan pada Tabel 4.1. Antara tes pra dan tes pasca, skor rata-rata meningkat dari 65,2 menjadi 87,6, meningkat 34,4%. Manfaat pemberian ASI eksklusif bagi ibu dan bayi (31,7%) mengalami peningkatan paling sedikit, sedangkan pengetahuan tentang cara mengurangi stunting melalui pemberian ASI eksklusif mengalami peningkatan paling besar (37,9%).

Temuan pada Tabel 4.1 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu pascapersalinan tentang setiap topik yang diukur meningkat secara signifikan melalui kegiatan edukasi. Pengetahuan ibu pascapersalinan masih berada dalam kisaran yang memadai (rata-rata 65,2) sebelum kegiatan edukasi. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh minimnya informasi yang mereka terima sebelumnya dan masih adanya kesalahpahaman tentang menyusui.

Skor pengetahuan rata-rata meningkat menjadi 87,6 (sangat baik) setelah mendapatkan instruksi melalui konseling, diskusi interaktif, dan simulasi prosedur menyusui yang benar. Peningkatan terbesar terjadi pada isu pencegahan stunting melalui pemberian ASI eksklusif. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki sedikit

pengetahuan tentang hubungan antara pencegahan stunting dan pemberian ASI eksklusif sebelum menerima edukasi, tetapi pengetahuan tersebut justru meningkat pesat.

Hasil pengabdian ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan ibu nifas tentang pemberian ASI eksklusif setelah menerima instruksi edukasi. Berdasarkan distribusi skor rata-rata pengetahuan ibu sebelum (tes pra) dan setelah (tes pasca) mengikuti edukasi, terdapat kenaikan skor rata-rata dari 65,2 menjadi 87,6, yang berarti peningkatan sebesar 34,4%. Peningkatan terbesar terjadi pada pengetahuan mengenai pencegahan stunting melalui pemberian ASI eksklusif, yang meningkat sebesar 37,9%. Hal ini menunjukkan bahwa ibu pascapersalinan mulai memahami lebih dalam hubungan antara pemberian ASI eksklusif dan pencegahan stunting setelah menerima edukasi yang lebih terstruktur.

Temuan ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurlaily dkk. (2022), yang menunjukkan bahwa program edukasi gizi dapat meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif, yang pada gilirannya meningkatkan perilaku menyusui yang benar. Pengetahuan ibu pascapersalinan yang meningkat setelah diberikan instruksi melalui konseling, diskusi interaktif, dan simulasi prosedur menyusui yang tepat, menunjukkan keberhasilan pendekatan edukasi yang diterapkan dalam proyek ini. Secara khusus, peningkatan pengetahuan tentang manfaat pemberian ASI eksklusif bagi ibu dan bayi, meskipun paling sedikit (31,7%), tetap memberikan dampak positif terhadap kesadaran ibu. Peningkatan ini juga relevan dengan temuan dari WHO (2020), yang menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh anak dan menurunkan risiko stunting.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang berbasis pada konseling dan simulasi praktis dapat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu dalam menyusui. Dengan peningkatan pengetahuan yang signifikan, diharapkan ibu pascapersalinan di Desa Bangun Rejo dapat menerapkan ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat membantu menurunkan angka stunting di daerah tersebut. Keberhasilan program ini memberikan dasar yang kuat untuk memperluas dan mengembangkan program edukasi serupa di wilayah lain.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Dari hasil pengabdian yang dilakukan di Desa Bangun Rejo, Kecamatan Tanjung Morawa, dapat disimpulkan bahwa kegiatan edukasi mengenai pemberian ASI eksklusif berhasil meningkatkan pengetahuan ibu pascapersalinan secara signifikan. Skor rata-rata pengetahuan meningkat sebesar 34,4% setelah mengikuti instruksi edukasi melalui konseling, percakapan interaktif, dan simulasi prosedur menyusui yang benar. Peningkatan terbesar terjadi pada pemahaman tentang pencegahan stunting melalui pemberian ASI eksklusif, yang menunjukkan keberhasilan edukasi dalam mengubah pemahaman ibu tentang pentingnya ASI eksklusif untuk mencegah masalah gizi kronis pada anak. Dengan peningkatan pengetahuan ini, diharapkan dapat menurunkan angka stunting dan meningkatkan kualitas gizi serta kesehatan anak di Desa Bangun Rejo.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, disarankan agar kegiatan edukasi serupa dapat diperluas dan dilaksanakan secara berkelanjutan di desa-desa lain dengan melibatkan lebih banyak ibu pascapersalinan. Penyampaian informasi yang mudah dipahami dan simulasi praktis yang melibatkan langsung ibu sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka. Selain itu, diharapkan kepada pemerintah setempat dan tenaga kesehatan untuk terus mendukung dan mengedukasi ibu pascapersalinan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif, serta mengadakan kegiatan pemantauan berkala untuk memastikan praktik ASI eksklusif dapat diterapkan secara optimal. Program ini

dapat menjadi langkah awal yang baik dalam mencegah stunting dan meningkatkan kesejahteraan anak di masa depan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ari Pebru Nurlaily, Dheny Rohmatika, & Susilaningsih, E. Z. (2022). Strategi Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Pentingnya ASI Eksklusif Melalui E-Book dalam Mencegah Kegawatan Status Gizi di Jatis Sukoharjo. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5, 356–363. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6939>
- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. (2021). Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 156–162. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.548>
- Dedeh Husnaniyah. (2025). EDUKASI GEMARIKAN (GERAKAN MEMASYARAKATKAN MAKAN IKAN) PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BALITA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI KABUPATEN INDRAMAYU. *PAKDEMAS : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.58222/pakdemas.v4i2.403>
- Hutahaean, M. M., Lisbeth Febriani Br Sinaga, Krisdamayanti Zai, Ruth Olyvia Pakpahan, Naomi Cynthia Rizki Gultom, & Enjel Usmaria Sitorus. (2023). IMPLEMENTASI “ISI PIRINGKU” STRATEGI PENCEGAHAN STUNTING LEWAT PEMBERDAYAAN KELUARGA DI DESA LAUT DENDANG. *PAKDEMAS : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 35-42. <https://doi.org/10.58222/pakdemas.v3i1.194>
- Lasmadasari, N. ., Iin Nilawati, Sutriyani, & Weni Sulastri. (2023). Refreshment of Cadres and Mothers’ Groups in Efforts to Improve Child Nutrition to Prevent Stunting in Kandang Mas Village. *JURNAL BESEMAH*, 2(2), 71–78. <https://doi.org/10.58222/jurnalbesemah.v2i2.274>
- Manggasa, D. D., Suharto, D. N., & Supirno, S. (2023). Workshop Pencucian Luka Kaki Diabetik Menggunakan Bahan Alam bagi Perawat di Puskesmas Mapane, Kabupaten Poso, Provinsi Sulawesi Tengah. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 300–308. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i1.1640>
- Mukarramah, S. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Kassi-Kassi, Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 11. <https://doi.org/10.32382/jmk.v12i1.2143>
- Organization, W. H., & (UNICEF), U. N. C. F. (2020). Protecting, promoting and supporting breastfeeding: the baby-friendly hospital initiative for small, sick and preterm newborns. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/333686>
- Pipitcahyani, T. I., Ervi Husni, Sukesi, Rijanto, Rekawati, Siti Alfiah, K.Kasiati, Dina Isfentiani, Domas C.P, Fitri N, Sherly Jeniawaty, & Dwi Purwanti. (2024). Edukasi Kader tentang Gizi Seimbang Ibu Hamil dan Balita dalam Upaya Pencegahan Stunting. *International Journal of Community Service Learning*, 8(1), 86–92. <https://doi.org/10.23887/ijcsl.v8i1.76827>
- Rahmarianti, G., & Parwito, P. . (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Tanggo Raso Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan . *JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN*, 1(2), 1–6. <https://doi.org/10.58222/jupengkes.v1i2.168>

- Riskasdes. (2018). Laporan Provinsi Sumatera Utara Riskesdas 2018. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rismayani, & Maulani, N. . (2024). MP-ASI Cooking Class: Enhancing Children's Nutrition and Preventing Stunting in Kandang Mas Village through Cadre and Mother Mentoring. *JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN*, 2(2), 99-106. <https://doi.org/10.58222/jupengkes.v2i2.975>
- Rismayani, Putri, P. S., Maulani, N., & Lety Arlenti. (2024). UPAYA PERCEPATAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMANFAATAAN BAHAN PANGAN LOKAL PADA MENU MPASI DAN PEMAHAMAN PEDOMAN BUKU KIA DI KELURAHAN KANDANG MAS . *PAKDEMAS : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 103-108. <https://doi.org/10.58222/pakdemas.v4i1.286>
- Safrianti, S., Waliamin, J., Puspita, V., Oktavallyan Saputri, D., Alfanda, W., & Abdul Aziz, R. (2024). Edukasi Literasi Keuangan Rumah Tangga, Program Pra Nikah dan Pemanfaatan Remunggai dalam Menurunkan Angka Stunting di Kecamatan Air Besi Kabupaten Bengkulu Utara. *PAKDEMAS : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 149-160. <https://doi.org/10.58222/pakdemas.v4i1.304>